

Wie glücklich sind Deutschlands Kinder? Eine glückspychologische Studie im Auftrag des ZDF

Bucher, Anton A.

Veröffentlichungsversion / Published Version

Zur Verfügung gestellt in Kooperation mit / provided in cooperation with:

Verlag Barbara Budrich

Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Bucher, A. A. (2009). Wie glücklich sind Deutschlands Kinder? Eine glückspychologische Studie im Auftrag des ZDF. *Diskurs Kindheits- und Jugendforschung / Discourse. Journal of Childhood and Adolescence Research*, 4(2), 241-260.
<https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-334617>

Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer CC BY-SA Lizenz (Namensnennung-Weitergabe unter gleichen Bedingungen) zur Verfügung gestellt. Nähere Auskünfte zu den CC-Lizenzen finden Sie hier:
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de>

Terms of use:

This document is made available under a CC BY-SA Licence (Attribution-ShareAlike). For more Information see:
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>

Wie glücklich sind Deutschlands Kinder?

Eine glückspsychologische Studie im Auftrag des ZDF

Anton A. Bucher



Anton A Bucher

Zusammenfassung

Die jüngere Kindheitsforschung würdigt Kinder als Subjekte ihrer Lebenswelt. Zu ihrer Subjektivität zählen auch und gerade die Emotionen, nicht nur ‚negative‘, die in der Emotionspsychologie häufiger untersucht wurden, sondern auch – wie von der Positiven Psychologie akzentuiert – die positiven, speziell Glück und Wohlbefinden. Anlässlich zehn Jahre Tabaluga-TV gab das ZDF einen Survey zum Kindheitsglück in Auftrag. 1239 Kinder, zwischen sechs und 13 Jahre alt, wurden professionell und differenziert befragt, wie glücklich ihre Kindheit war, wie wohl sie sich bei ihren diversen Tätigkeiten, Bezugspersonen und an ihren Aufenthaltsorten fühlen. Anders als der pessimistische Kindheitsdiskurs insinuiert, bilanzieren die meisten Kinder ihr bisheriges Leben als glücklich. Mit zahlreichen Tätigkeitsvariablen wurde versucht, so viel Varianz des subjektiv eingeschätzten Kindheitsglücks zu erklären.

Schlagworte: Kind, Glück, Familie, Schule, Freizeit

How happy are German children?

A study of the psychology of happiness on behalf of the ZDF

Abstract

Recent research on childhood acknowledges children as individuals with their own reality. As part of this subjective reality, emotions play an important role: not only negative emotions, as often studies in emotion psychology, but also positive emotion, such as happiness and well being, as emphasized in positive psychology. On the occasion of ten years of “Tabaluga TV” the ZDF commissioned a survey on the happiness of German children. 1239 children aged between six and thirteen years were surveyed about their perceived happiness during their childhood, and how comfortable they felt with their activities, caregivers, and whereabouts. In contrast to a pessimistic discourse on childhood, children drew a happy picture of their life up to now. The authors tried to explain the variance in the subjective assessments of childhood happiness by several activity indicators.

Key words: child, happiness, family, school, leisure time

0 Einleitung und Problemstellung

„Du bist nicht auf Erden, um glücklich zu sein, sondern um deine Pflicht zu tun“, meißelten die Steinmetzen noch zu Beginn des 20. Jahrhunderts über die Portale von Schulhäusern, damit die Kinder Tag für Tag lesen konnten, was ‚preußischer‘ Geist von ihnen erwartete. Ganz anders die Vertreter der Vereinigten Nationen, als sie am 20. November 1959 zusammen kamen, um die Erklärung der Kinderrechte zu beschließen. In deren Präambel steht, die Menschheit schulde dem Kinde das Beste, was sie zu geben habe, und dies mit dem ausdrücklichen Ziel, „dass es eine glückliche Kindheit“ habe.

Sind Kinder glücklich? Gemäß der vielfach üblichen Katastrophensemantik über Kindheit kaum. Am 11. Januar 2006 erschien im Hamburger Abendblatt ein Artikel, gemäß dem 60 Prozent der Kinder „unkonzentriert, nervös und überdreht“ sind, „47 Prozent hatten Kopf- oder Bauchschmerzen, 45 Prozent waren aggressiv, 37 Prozent traurig und zurückgezogen“ (*Hörbst* 2006). Heutige Kinder hätten keine Spielzeit mehr (*Grefe* 1997); sie seien zerteilt in Rosenkriegen; die Bilderflut aus Flachbildschirmen hindere sie an einer normalen Gehirnentwicklung und mache sie dick und fett (*Spitzer* 2005); der Schulstress werde ärger und ärger, sodass der Gang dorthin „Albtraum“ sei (*Standard* 2008) und immer mehr Jungen und Mädchen Sedativa einnehmen müssten, damit ihre Hände vor den Tests nicht zu sehr zittern.

Aber: Sind Kinder wirklich so unglücklich? *Lange* (vgl. 1995) demonstrierte empirisch fundiert, wie sehr populäre „Kindheitsrhetorik“ und empirische Fakten auseinander klaffen können. Heutige Kinder würden von einem Termin zum anderen gehetzt und müssten die ganze Woche im Voraus planen, oft mit dem Telefon, sodass Kindheit auch Handykindheit sei (*Preuss-Lausitz* 1999). Dem gegenüber haben empirische Studien, etwa des Deutschen Jugendinstitutes (*Nissen* 1992), gezeigt, dass Kinder von ihren – ohnehin nicht so vielen – Terminen gar nicht so belastet werden, sondern diese gerne, ja mit Spaß wahrnehmen (*Lange* 1995, S.49). Dies bestätigen auch jüngere Surveys, so *Alt* (vgl. 2005) sowie – länger zurückliegend – *Zinnecker/Silbereisen* (vgl. 1996). Angesichts der Tatsache, dass Kinder noch vor wenigen Generationen neben der Schule dreißig oder mehr Stunden in Fabriken gearbeitet oder daheim bis tief in die Nacht Heimarbeit verrichtet haben, oft unzureichend und einseitig ernährt (*Niehuss* 2007), klingt es zynisch, wenn heutige Kinder wegen drei oder vier Terminen pro Woche als „gehetzt“ (*Elkind* 1991) bedauert werden.

Auch *Kränzl-Nagl/Mierendorff* (vgl. 2007) votieren aufgrund des „dramatisierenden medialen Kindheitsbildes“ dafür, empirische Kindheitsforschung zu intensivieren. *Bühler-Niederberger* (vgl. 2005) wies darauf hin, dass skandalisierende Kindheitsbilder leicht politisch instrumentalisiert werden können, denn unglückliche Kinder sentimentalisieren Erwachsene stärker als lachende. Vielmehr sei die Perspektive bzw. die Erlebniswirklichkeit der Kinder zur Geltung zu bringen bzw. diese zu rekonstruieren, wofür eine breite Palette an empirischen Methoden entwickelt und erprobt wurde, qualitative ebenso wie quantitative (*Heinzel* 2000).

Wenn gefragt wird, wie glücklich Kinder sind, führt kein Weg an diesen selber vorbei. Der analytische Philosoph *Wright* (vgl. 1963) hielt „happiness“

Skandalisierende
Kindheitsbilder

für ein Urteil der ersten Person („first person judgment“), das weder wahr noch falsch sein könne, sondern mehr oder weniger authentisch. „Ultimately, a man himself is judge of his own happiness“ (Wright 1963, S. 99) – so sieht es auch die Glückspsychologie (Argyle 2001; Gilbert 2006). Auch im Kindesalter: Jedes Kind ist seines eigenen Glückes Richter. „Glück“ ist eine der frühesten Emotionen, die von Kindern nicht nur erlebt, sondern auch explizit verstanden wird. Schon Zweijährige zeigten, als man ihnen „happy“ sagte, auf ein fröhliches Gesicht (Schmidt-Atzert 1996, S. 239). Und: Kinder können bei Tätigkeiten glücklich sein, wo Erwachsene dies nur schwerlich nachvollziehen können, sei es beim Computerspiel, das viele Eltern aus ihrer eigenen Kindheit nicht kennen, sei es – so eine Tochter des Verfassers – als die lange als Haustier ersuchte Ratte auf ihrer Schulter umher krabbelte. Dass die Kinder die berufenen Experten für die Einschätzung ihrer Lebenswelt sind, akzentuiert auch die jüngere Kindheitsforschung – Zinnecker (1999, S. 69) würdigte das Kind als „wissend“ – und war die Grundannahme eines im Jahre 1998 durchgeführten Kindersurveys im Bundesland Salzburg (Bucher 2001), in dem 1319 Kinder, zwischen neun und 13 Jahre alt, zu ihrem Glückserleben befragt wurden. Um ihre Erlebnisperspektive einzubringen, schildern Jungen und Mädchen in diesem Beitrag authentisch ihre glücklichsten Kindheitserlebnisse.

Kinder als Experten
für die Einschätzung
ihrer Lebenswelt

Der Beitrag beginnt mit glückspsychologischen Skizzen. Denn (soziologische) Kindheitsforschung gewinnt, wenn sie interdisziplinär operiert und Theorien heranzieht, von denen zu erhoffen ist, zur Erklärung der von ihr erhobenen Daten beizutragen. Aus diesen Skizzen werden die Hypothesen hergeleitet, insbesondere die, dass Kinder – anders als von der Katastrophensemantik der Kindheit suggeriert – mehrheitlich glücklich sind, weil sie sich unvermeidlich an ihre Lebensumstände adaptieren. Sodann, dass auch in der Kindheit die stärksten Glücksfaktoren in Tätigkeitsvariablen bestehen. Anschließend wird der Kindheitsglückssurvey, wie er vom ZDF anlässlich des zehnjährigen Jubiläums von Tabaluga Tivi (vorgestellt im Herbst 2007) in Auftrag gegeben wurde, skizziert. Dieser baut zwar auf der Salzburger Kindheitsglücksstudie auf, führte aber in mehrfacher Hinsicht über diese hinaus:

1. Das Altersspektrum wurde nach unten verlängert: Interviewt wurden Kinder ab dem sechsten Lebensjahr.
2. Der Interviewleitfaden wurde verbreitert; abgefragt wurde auch das Medienverhalten der Kinder.
3. Befragt wurde zusätzlich ein Elternteil.
4. Die glückspsychologische Fundierung wurde verbreitert; erhoben wurden – mit einem klinisch bewährten Instrument – auch die Persönlichkeitseigenschaften der Kinder (Bugge/Baumgärtel 1975).

1 Glückspsychologische Fundamente und Hypothesen

Glücksforschung hat in der angelsächsischen Psychologie der letzten Jahre einen Boom erlebt, speziell innerhalb der „Positiven Psychologie“ (Snyders/Lopez 2005; Seligman 2005). Diese ist insofern ein notwendiges Korrektiv einer pri-

mär an der Krankheitsideologie ausgerichteten Psychologie, als in den einschlägigen psychologischen Journals bis zum Jahre 1999 mehr als zwanzigmal so viele Artikel zu „Depression“ und „Angst“ als zu „Glück“ (happiness) veröffentlicht wurden (Myers 2000).

Die erste – und schwierigste – Aufgabe einer Glückspsychologie ist es, dieses zu definieren bzw. zu konzeptualisieren (Bucher 2009). Wie in der angelsächsischen Diskussion (Argyle 2001; Kahneman et al 1999), wird im Folgenden ein breiter Glücksbegriff verwendet, der „Zufriedenheit“ und „Freude“ einschließen kann, vergleichbar dem Konstrukt des „subjective well-being“, das sich aus den drei Komponenten „Lebenszufriedenheit“ – stärker kognitiv -, häufige positive Affekte wie Freude und Lust, und seltene negative Stimmungen (melancholische Verstimmung, Distress etc.) zusammensetzt (Diener et al 1999).

Eine der ersten Psychologien des Glücks, vor gut 80 Jahren von Hellmann (vgl. 1930) veröffentlicht, behauptete, es gäbe mehr Glück, als man ahnt, „denn der Schmerz schreit auf allen Straßen, das hohe Glück ist stumm oder verbirgt sich“ (Hellmann 1930, S. 13). In der Tat weisen glückssoziologische Studien stets mehr Menschen als glücklich denn als unglücklich aus, obschon kein geringerer als Freud (vgl. 1974) behauptete, Glück sei nur als episodisches Phänomen möglich und im Plane der Schöpfung nicht enthalten. In einer jüngst von der Bertelsmann Stiftung durchgeführten Repräsentativbefragung in der Bundesrepublik konnten die gut 1000 Befragten ihr bisheriges Lebensglück auf einer zehnpunktigen Skala eintragen. 57 Prozent kreuzten bei den drei höchsten Ausprägungen an, bloß fünf Prozent bei den drei niedrigsten; 75 Prozent lagen über dem theoretischen Mittelwert (Bertelsmann Stiftung 2008). Lykken/Tyllegen (vgl. 1996) befragten 2310 Zwillinge, wie glücklich sie sich im Vergleich zu anderen fühlen: 86 Prozent platzierten sich im oberen Drittel. Rut Veenhoven, weltweit führender Glücksforscher, gelangte nach der Durchsicht tausender Studien zur Einsicht, Glück sei eine „normale Bedingung“ (Veenhoven 2000, S. 269), weil: „Freude am Leben fördert Aktivitäten, stärkt soziale Bindungen und schützt die Gesundheit“ (Veenhoven 1991, S.14).

Warum sind mehr Menschen glücklich als unglücklich? In ihrem Aufsatz „Paradox des Wohlbefindens“ verweist Staudinger (vgl. 2000) auf die starken Adaptionen des Menschen. Eindrücklich werden diese durch die weltweit bekannt gewordene Studie von Philip Brickman bestätigt, der einer der originellsten Glücksforscher war, was ihn nicht davor bewahrte, auf das höchste Gebäude von Ann Arbor zu steigen und in den Tod zu springen. Brickman/Coates/Janoff-Bulman (vgl. 1978) belegten: Unfallopfer, fortan an den Rollstuhl gefesselt, fanden nach einem Jahr zu ihrem ursprünglichen Glückslevel zurück; Lotteriegewinnern gelang es nicht, längerfristig auf dem Stimmungshoch zu bleiben, das die sechs Richtigen ausgelöst hatten; auch sie adaptierten sich schnell an den neuen Porsche oder die Attikawohnung.

Die Tatsache der Adaption aber erklärt nicht, warum Menschen offensichtlich darauf programmiert sind, eher glücklich denn unglücklich zu sein. Aufschlüsse präsentieren evolutionspsychologische Zugänge zum Glück, speziell Buss (vgl. 2000). Er führte Glücksgefühle auf das Belohnungssystem im Gehirn zurück, das zumal dann aktiviert wird, wenn Menschen Tätigkeiten ausüben, die

der inklusiven Fitness förderlich sind („inklusive Fitness“ schließt auch die Erhaltung der Gene der nächsten Verwandten mit ein).

Aus dem Bisherigen ergibt sich die erste Hypothese: Auch Kinder schätzen sich mehrheitlich als glücklich ein, dies umso mehr, als sie auch als „geborene Adaptionskünstler“ bezeichnet wurden (Tügel 1996, S. 8). Sie wachsen in ihre Lebenswelt hinein, die für sie ebenso selbstverständlich wird wie für uns damals die unsrige; nur neigen Erwachsene dazu, neue Facetten heutiger Kindheit, weil sie nicht mit eigenen Kindheitserinnerungen verifiziert werden können, zu problematisieren (Bucher 2001).

Eine weitere gut gesicherte Erkenntnis ist die, dass soziodemographische Variablen enttäuschend wenig Varianz von subjektiv eingeschätztem Glück erklären. Andrews/Withey (vgl. 1976), die in den frühen Siebzigerjahren repräsentative US-Samples zu ihrer Lebenszufriedenheit befragten, fanden, dass Variablen wie Geschlecht, Alter, Bildung, Einkommen, Wohnumgebung, Lebensform (Single, verheiratet) allenfalls acht Prozent der Varianz von „happiness“ erklären. Begründen lässt sich die geringe prognostische Kraft von objektiven Lebensumständen auf Glück damit, dass es diese Umstände als objektive nicht gibt, sondern nur in der Weise, wie das Subjekt sie assimiliert und emotional bewertet. Die Ehe kann eine Person zutiefst und stets aufs neue beglücken, eine andere hingegen bedrücken und deprimieren. Hinzu kommt die Theorie des Glücksrichtwertes, wie sie von dem bereits erwähnten Philip Brickman entwickelt wurde. Wir Menschen befänden uns in einer „hedonistischen Tretmühle“, in der wir, ähnlich wie Hamster, Sprosse um Sprosse erklimmen müssen, nur um auf dem gleichen Level des Wohlbefindens bleiben zu können. (Brickman/ Campbell 1971).

Soziodemographische Variablen

Die Theorie des Glücksrichtwertes erhielt in den neunziger Jahren Unterstützung durch die Zwillingsforschungen von Lykken/Tyllegen (vgl. 1996). Bei monozygotischen Zwillingen, getrennt aufgewachsen, registrierten sie, dass sich deren subjektives Wohlbefinden zu 80 Prozent deckte, d.h. genetisch festgelegt ist. Strategien, um Glück zu erhöhen, wie sie traditionell von Philosophie und Religionen empfohlen wurden, aktuell von den zahlreichen Glücksratgebern, hielten sie für wirkungslos. Von einem Menschen zu erwarten, glücklicher zu werden, sei das gleiche, wie ihn darum zu bitten, zehn Zentimeter zu wachsen.

Jüngste glückspsychologische Veröffentlichungen revidierten die „Set point theory of happiness“. In einem Grundsatzartikel des „American Psychologist“ referieren Diener/Lucas/Socollon (vgl. 2006) Längsschnittstudien, gemäß denen nach kritischen Lebensereignissen (Scheidung, Arbeitslosigkeit) keineswegs alle Männer und Frauen zu ihrem ursprünglichen Glückswert zurückkehren, sondern unglücklicher *bleiben*. Auch verweisen sie auf raffinierte Experimente der Glückspsychologin Sonja Lyubomirsky (vgl. 2007), in denen es gelang, subjektiv eingeschätztes Glück nachhaltig zu erhöhen. Studenten, die ihr Aktivitätsspektrum bereicherten – zu joggen begannen, sich sozial engagierten, Gedichte schrieben etc. –, fühlten sich glücklicher als jene, deren Lebensumstände sich veränderten: „Change your actions not your circumstances“ titelten Sheldon/Lyubomirsky (vgl. 2006) ihren Beitrag im „Journal of Happiness Studies“. Die japanische Psychologin Otake (vgl. 2006) zeigte in einer quasiexperimentellen Studie: Studierende, die am Abend regelmäßig einfach zählten, was sie tagsüber Gutes getan hatten, wurden nachhaltig glücklicher. Lyubomirsky (vgl.

2007) resümierte, das subjektive Glücksempfinden von Menschen sei zu 50 Prozent genetisch festgelegt, hänge zu weiteren zehn Prozent von den äußeren Lebensumständen ab, und zu 40 Prozent vom Aktivitätsspektrum, das die Menschen jeder Zeit ändern können.

Daraus ergibt sich die zweite Hypothese: Auch bei Kindern erklären objektive Situationsvariablen nur wenig Varianz des Glücks; als erklärungskräftigere Prädiktoren werden sich Tätigkeitsvariablen herausstellen: Freizeitaktivitäten, Hobbys, Unternehmungen mit den Eltern. Dafür spricht eine der ältesten Glückstheorien, die von *Aristoteles* (vgl. 1952): Glück sei Tätigkeit der Seele, die um ihrer selbst willen (intrinsisch motiviert) ausgeübt wird, was *Diener* (vgl. 1984) in seinem oft zitierten Aufsatz über psychologische Glückstheorien den aktivitätstheoretischen Konzepten zuordnete, ebenfalls das Flow-Konzept von *Csikszentmihalyi* (vgl. 1996). Kinder würden mit der Notwendigkeit eines Naturgesetzes Tätigkeiten in Angriff nehmen, die idealiter in den Flow-Zustand führen, in dem die Zeit vergessen wird und die Subjekte mit ihrer Tätigkeit verschmelzen.

Einfluss von
Persönlichkeits-
eigenschaften

Ein weiterer Topos der Glückspsychologie besteht darin, dass dieses durch einige Persönlichkeitseigenschaften (Big Five) begünstigt, durch andere hingegen erschwert wird (*Argyle* ²2001). Aus den ersteren ragt „Extraversion“ heraus, die Fähigkeit, offen auf andere Menschen zuzugehen, eine lahmende Party in Schwung zu bringen und liebenswürdig zu wirken. Glücksmindernd ist hingegen Neurotizismus, der sich in häufigem Grübeln konkretisiert, melancholischer Nachdenklichkeit, geringer Belastbarkeit. Auch wenn Indizien vorliegen, dass psychologische Konstrukte wie emotionale Intelligenz noch erklärungskräftigere Prädiktoren von Glück sind (*Chamorro-Premuzic/Bennett/Furnham* 2007; *Furnham* 2003), wird in dieser Studie – erstmals an einer Stichprobe mit Kindern – die dritte zentrale Hypothese geprüft: Stärker extravertierte Kinder schätzen sich glücklicher ein als solche, die nicht leicht Freunde finden etc. Stärker introvertierte Kinder hingegen, die auch gerne allein in ihrem Zimmer sind, dort basteln oder lesen, sind deswegen nicht unglücklicher, was *Hills/Argyle* (vgl. 2001) in ihrem Aufsatz „Happy introverts“ – allerdings mit Erwachsenen – empirisch belegen.

2 Ergebnisse

2.1 Durchführung der Studie / Stichprobe etc.

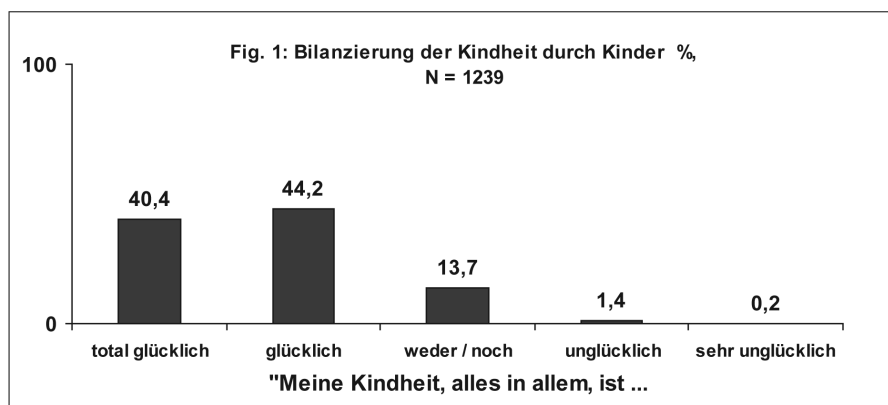
Die Datenerhebung fand in face-to-face-Interviews statt, die von psychologisch geschulten Mitarbeitern des renommierten Instituts iconKids&Youth (München) in der natürlichen Lebensumgebung der Kinder (bei ihnen zuhause) durchgeführt wurden. Repräsentativ über die Bundesrepublik verteilt, wurden 1239 Kinder befragt, zur Hälfte Jungen und Mädchen, zwischen sechs und 13 Jahre alt. Von diesen leben 88 Prozent bei beiden leiblichen Eltern, 4 Prozent in Patchworkfamilien, 8 Prozent bei einer alleinerziehenden Mutter. Zugegebenermaßen ist die Quote der nicht bei beiden leiblichen Eltern lebenden Kinder geringfügig unterrepräsentiert. Im Jahre 2004 lebten in den alten Bundesländern 14

Prozent der Kinder bei Alleinerziehenden, 5 Prozent in nichtehelichen Lebensgemeinschaften, und 81 Prozent bei Ehepaaren; in den neuen Bundesländern waren es 22 Prozent (alleinerzogen), 16 Prozent (Lebensgemeinschaften) bzw. 62 Prozent bei beiden Eltern (*Grunert/Krüger* 2006, S. 72), d.h. gut vier von fünf Kindern wachsen bei beiden Eltern auf. Wäre in unserer Stichprobe der Anteil von alleinerzogenen Kindern der Population angeglichen worden, hätte dies die zentralen Ergebnisse allenfalls um ein Prozent verändert. 453 Kinder (36,6 Prozent) sind Einzelkinder. Die 786 Geschwisterkinder haben im Schnitt 1,1 Geschwister, wobei die Standardabweichung mit 0,36 gering ist – verständlich, wenn die meisten Kinder (57,7 Prozent) ein Geschwister haben. Befragt wurde auch ein Elternteil; dafür stellten sich zu 89 Prozent Mütter zur Verfügung. Sie schätzten nicht nur ein, wie glücklich ihr Kind sei, sondern auch seine Persönlichkeitseigenschaften, und gaben Informationen zu Haushaltseinkommen, objektiver Wohnsituation etc.

2.2 Kinder – mehrheitlich und in den meisten Bereichen glücklich

Die Kinder konnten ihr bisheriges Lebensglück sowie die Zufriedenheit mit verschiedenen Lebensbereichen auf einer fünfpunktigen Gesichterskala beurteilen.

Figur 1: Bilanzierung der Kindheit durch Kinder (N = 1239)

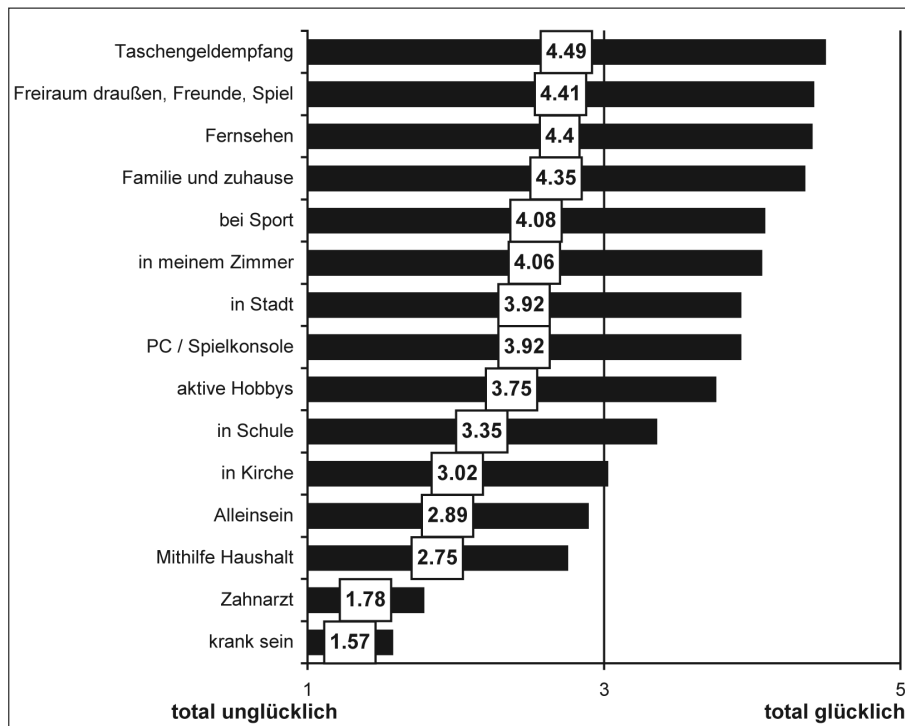


Auch gemäß den wenigen früheren Studien zum Wohlbefinden der Kinder stufen sich diese mehrheitlich als glücklich ein, so in der pionierhaften Arbeit von *Lang* (vgl. 1985), ebenso in den Surveys von *Wilk/Bacher* (vgl. 1994), *Bucher* (vgl. 2001), *Alt* (vgl. 2005), *Hurrelmann/ Andresen* (vgl. 2007). Global eingeschätztes Kindheitsglück ist jedoch präzisierungsbedürftig. Infolgedessen wurde mit 40 Items erfragt, wo Kinder wie glücklich sind, „bei der Mutter“ ebenso wie „auf dem Pausenhof“. Um die Datenmenge zu reduzieren, wurden die 40 Items faktoranalysiert und sechs Skalen gebildet. Am glücklichsten sind die Jungen und Mädchen in den Ferien (76 Prozent „total glücklich“), an Weihnachten (74 Prozent) bei den Freunden (71 Prozent), der Mutter (61 Prozent) und draußen im Freien (61 Prozent). Am wenigsten glücklich sind sie, wenn krank (glück-

lichstes Smiley: 1 Prozent), beim Zahnarzt (1 Prozent), im Haushalt mithelfend (6 Prozent), alleine (7 Prozent) und an den Hausaufgaben sitzend, einer der stärksten Glückskiller sind.

In den meisten Bereichen ihrer Lebenswelt sind Kinder häufiger glücklich als unglücklich:

Figur 2: Glück in verschiedenen Bereichen der Kindheit, Mittelwerte, N = 1239



Im theoretischen Mittel liegt das Wohlbefinden in der Kirche, wozu 54 Prozent aufgrund fehlender Praxis keine Angaben machten. Geringfügig über der Mitte rangiert die Schule (Skala mit drei Items: Schule, Mathe, Hausaufgaben), allerdings mit massiven Differenzen zwischen Altersgruppen und Schularten: Grundschüler finden die Schule zu 76 Prozent beglückend, Hauptschüler 46 Prozent. Zu den „aktiven Hobbys“ zählen lesen und zeichnen/malen/basteln, woran Mädchen doppelt so viel Freude haben, Musik hören, Umgang mit Haustieren:

„Ich war am glücklichsten, als ich meine Katze bekommen habe. Ich konnte zwei Tage nicht schlafen, weil ich endlich meine Katze bekam.“

„Meine Haustiere haben mich am meisten glücklich gemacht. Wenn wir mal ein junges Vogelbaby am Boden gesehen haben, das aus dem Nest gefallen war, haben wir eines groß gepflegt und später rausgelassen. Wir hatten schon vier Vögel, einen Igel, eine Maus gepflegt.“

An der Skala „Sport“ ist anmerkwürdig, dass auf diese das Item „beim Sport in der Schule“ zu liegen kam, welches mit dem Faktor Schule kaum korreliert. Die

Skala „Familie und zuhause“ besteht aus neun Items, wobei das Wohlbefinden bei den Geschwistern geringer ist (total glücklich 36 Prozent) als beim Vater (54 Prozent) sowie der Mutter (61 Prozent) – und dies mit steigender Anzahl Geschwister, mit denen auch zu streiten ist, die einem vorgezogen werden, umso mehr.

„Als mein Vater, meine Mutter, mein kleiner Bruder, meine kleine Schwester auf den Berg Schober gegangen sind, da konnten wir unser Haus sehen, es war ganz klein, wir alle waren glücklich.“

Bei „Freiraum draußen, Freunde, Spiel“ ist anmerkwürdig, dass Kinder pädagogische Kontrollnischen, wo sie nicht überwacht werden und tun können, was sie wollen, beglückender finden (total: 50 Prozent) als vorstrukturierte Spielplätze (31 Prozent).

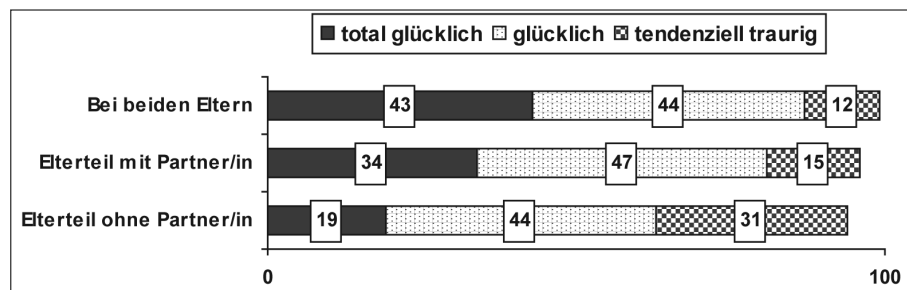
2.3 Wovon hängt Kindheitsglück ab? Soziodemographische Variablen

Gemäß der aus der Glückspsychologie deduzierten Hypothese zwei sind soziodemographische Variablen nur schwache Prädiktoren des von Kindern eingeschätzten Glücks. Mädchen und Jungen fühlen sich gleich glücklich; wäre die Altersspanne verlängert worden, hätte sich möglicherweise gezeigt, dass bei heranwachsenden Frauen das Gegenteil von Glück – depressive Verstimmung (Fromm 1989) – häufiger wird (Ge/Conger 2003). Stärker ist der Alterseffekt: Sechsjährige sind zu 57 Prozent total glücklich, Zwölfjährige 37 Prozent, und ein Jahr später, in der einsetzenden Adoleszenz, sinkt die Quote auf 25 Prozent und stuften 22 Prozent ihr bisheriges Leben als tendenziell traurig ein – ein Trend, den auch anderen Studien feststellten (Marks 2004).

Soziodemographische Variablen sind schwache Prädiktoren für Glück

Schon Rousseau (vgl. 1981, ¹1762) und die Romantik verortete Glück in unberührter Natur. Sind Kinder, am Chiemsee oder in der Lüneburger Heide aufwachsend, glücklicher als die in der Hamburger Innenstadt? Die Wohnortsgröße zeitigt keinerlei Effekt auf das bilanzierte Kindheitsglück, hingegen, Signifikanz erreichend, die Wohnsituation: Kinder in Einfamilienhäusern sind geringfügig glücklicher – dies umso mehr, wenn sie jederzeit in einen Garten hinausgehen können (45 Prozent total glücklich) – als jene, die in Wohnungen leben (31 Prozent).

Fig. 3: Kindheitsglück/Familienformen, % N = 1239



Zu den soziodemographischen Variablen gehört auch, ob Geschwister da sind oder nicht; wie bereits angedeutet, sind Einzelkinder nicht unglücklicher ($p = .23$). Stärker ist der Effekt der Familienform:

Kinder von Alleinerziehenden sind zwar weniger glücklich als jene, die in Patch-workfamilien bzw. bei beiden leiblichen Eltern leben; aber auch von ihnen sind mehr grundsätzlich glücklich (fast zwei Drittel) als tendenziell traurig. Trennung der Eltern macht Kinder nicht zwingend unglücklich, vielmehr kann es für diese sogar besser bzw. ein Ende des Schreckens sein, wenn sie nicht mehr beständige Konflikte ertragen müssen (Grunert/Krüger 2006, S. 75f.).

„Wie ich eine schlechte Note hatte, war ich sehr enttäuscht und musste den ganzen Tag die Tränen rinnen lassen. Aber als meine Mutter nach Hause kam, redete sie mir lauter gute Dinge zu, und das hatte mich sehr, sehr glücklich gemacht. Papa lebt nicht mehr bei uns. Ich bin froh, dass ich eine Mutter habe, mit der ich über alles reden kann.“

Die Variable „Familienform“ ist konfundiert mit dem Haushaltseinkommen: Liegt dieses unter 1'500 € im Monat, bilanzieren Kinder ihr bisheriges Leben deutlich weniger positiv; von 2'000 monatlichen Euros an wirkt sich das Einkommen nicht mehr auf Kindheitsglück aus – ein Ergebnis, das in der Glückspsychologie wiederholt festgestellt wurde: Viel Geld macht nicht glücklich, aber keines bereitet bedrückende Sorgen (Easterlin 2005); 55 Prozent der alleinerzogenen Kinder fallen in die niedrigste Einkommensgruppe, aber bloß 7 Prozent jener, die in vollständigen Familien leben. Widersprüchlich scheinen die Ergebnisse zum Taschengeld, das 63 Prozent der Befragten regelmäßig erhalten, 18 Prozent bei Bedarf – pro Woche durchschnittlich 14 €. Solches zu bekommen rechnen die Kinder zwar zu den besonders glücklichen Episoden in ihrem Leben (Fig. 2), aber faktisch wirkt sich die Taschengeldhöhe auf Kindheitsglück nicht aus. Diejenigen, die pro Woche mehr als 40 € erhalten, sind zu 36 Prozent total glücklich, jene mit gar keinem zu 43 Prozent, wobei eine Konfundierung mit dem Alter vorliegt.

Als soziodemographische Variable wurde auch die berufliche Situation der Eltern betrachtet. Kinder, wenn ihre Mütter ganztätig daheim sind, stufen sich keineswegs als glücklicher ein (total glücklich: 38 Prozent). Am positivsten beurteilten diejenigen Jungen und Mädchen ihr bisheriges Leben, deren Mütter Teilzeit beschäftigt sind (46 Prozent). 33 Prozent sind es, wenn die Mütter den ganzen Tag arbeiten und am Abend noch den Haushalt zu bewältigen haben. Das Bildungsniveau der Eltern zeitigt keinen Effekt, ebenfalls nicht ihr Alter. Und es ist auch nicht der Fall, dass Kinder mit Migrantenhintergrund weniger glücklich wären, und ebenfalls nicht, dass Kinder in den alten Bundesländern ihr bisheriges Leben positiver beurteilen.

Insgesamt 15 soziodemographische Variablen gingen als Prädiktoren in eine multiple Regressionsanalyse ein. Der Multiple Regressionskoeffizient R beträgt .37, sodass 13 Prozent der Varianz erklärt werden, nahezu gleich viel, wie gemäß der Glücksforscherin Lyubomirsky (2007, S. 31) bei subjektiven Glückseinschätzungen auf äußere Umstände zurückzuführen sei. Im Gesamt aller Prädiktoren erreichten Signifikanz: Alter, Familienform, ob ein Garten benützt werden kann (ein traditionsreiches Bild des Glücks), die Schulart (Grundschüler und Gymnasiasten überdurchschnittlich glücklich), sowie die teilzeitmäßige Berufstätigkeit der Mutter.

2.4 Wovon hängt Kindheitsglück ab? Tätigkeitsvariablen

40 Prozent der Glücksvarianz könne der Mensch durch „bewusste Verhaltensweisen“ beeinflussen (Lyubomirsky 2007, S. 31). Trifft dies auch bei Kindern zu? Erfragt wurde ein breites Spektrum von Kinderaktivitäten, in der Familie und in der Freizeit ebenso wie in der Schule, in Vereinen, mit Medien etc. Trotz aller Katastrophensemantik über das Ende der Familie (dazu Meyer 2002) wird auch heutige Kindheit nach wie vor durch die Familie geprägt und ist diese „die primäre Lebenswelt von Kindern“ (Grunert/Krüger 2006, S. 68), die maßgeblich über deren Glück entscheidet, auch gemäß dieser Studie.

„Die Geburt meines kleinen Bruders war sehr lustig. Das war der schönste Tag in meinem Leben.“

Die Skala „Aktivität und Wohlbefinden in der Familie“ ($\alpha = .86$) – aus 16 Items bestehend, u.a.: „Ich spiele mit meinen Eltern und Geschwistern; an freien Tagen unternimmt unsere Familie etwas: Ausflüge, Wanderungen, Besuche; bei uns zuhause wird gelacht“ – korreliert mit Kindheitsglück zu $r = .59$, wodurch mehr als doppelt so viel Varianz erklärt wird wie durch 15 soziodemographische Prädiktoren.

Heutige Kindheit ist – so Hentig (vgl. 1975) – auch „Schulkindheit“. Wie diese Institution erlebt wird, färbt signifikant auf die gesamte Kindheit ab. Kinder, wenn sie in der Schule mitmachen und aufzeigen („stimmt total“: 29 Prozent), leicht lernen (22 Prozent), gerne dorthin gehen (26 Prozent) etc. (die Skala „Positives Erleben der Schule“ ist mit $\alpha = .87$ ausreichend reliabel), sind generell glücklicher ($r = .49$).

„Als ich erfuhr, dass meine beste Freundin in der Hauptschule nicht in meiner Klasse war, befürchtete ich, keine neue Freundin zu finden. Doch alles kam ganz anders. Alle waren nett zu mir. Das hat mich am meisten glücklich gemacht.“

„Erfolg in der Schule ist für mich und meine Eltern gut. Ich bin froh, wenn ich gute Noten schreibe.“

Allerdings nimmt – wie von zahlreichen anderen Studien nachgewiesen (Zinnecker u.a. 2002; Fend 1997) – mit steigendem Alter die „Schulunlust dramatisch zu“ (Grunert/Krüger 2006, S. 129). Sechsjährige gehen zur Hälfte „sehr gerne“ in die Schule, Dreizehnjährige dreimal seltener (16 Prozent); auch registrieren von den ältesten nur 7 Prozent, dass ihre Lehrer sehr spannenden Unterricht erteilen. Wie relevant die Schule für das Wohlbefinden von Kindern ist, zeigt sich auch ex negativo: 14 Prozent haben regelmäßig Angst vor Tests, 37 Prozent eher, und 6 Prozent sitzen jeden Tag „lange an den Hausaufgaben“, 46 Prozent mehrmals die Woche. Wer dergestalt durch die Schule belastet wird, ist seltener „total glücklich“.

Heutigen Kindern sei die Freizeit abhanden gekommen (dazu Grunert/Krüger 2006, S. 142-145). Kinder sehen es anders: 41 Prozent hätten „total genug Freizeit“, 51 Prozent „eher genug“. Allerdings: Wer als Kind zu wenig Freizeit registriert, ist seltener „total glücklich“ (21 Prozent) als wer davon genug hat (61 Prozent). In ihrer Freizeit gehen die Jungen und Mädchen vielfältigsten Aktivitäten nach und sind häufiger in Bewegung als in Ruhestellung: 18 Prozent

treiben täglich Sport, 47 Prozent mehrmals die Woche: Sie sind geringfügig glücklicher. 41 Prozent machen täglich etwas draußen – Fahrrad fahren, Skaten, Herumtoben, Ballspiele – weitere 50 Prozent mehrmals die Woche (mit steigendem Alter geringfügig seltener werdend), sodass die These „vom Straßenkind zum verhäuslichten Kind“ (Zinnecker 1990) nicht zu verallgemeinern ist.

„Was mich bisher am meisten glücklich gemacht hat: Bei einem Fußballturnier spielten wir gegen Casino Salzburg, es kam zum Elfmeterschießen, und ich stand im Tor. Ich hielt drei Elfmeter. Danach bekam ich einen Pokal, und meine Mannschaft trug mich auf den Schultern.“

Freizeit ist – nach wie vor – für Kinder auch Zeit mit Freunden, von denen die Befragten im Schnitt 5,5 haben: 58 Prozent treffen sich täglich mit ihnen, weitere 39 Prozent mehrmals die Woche, draußen häufiger als drinnen. Wer jeden Tag mit seinen Freunden etwas unternehmen kann, ist zu 43 Prozent „total glücklich“, wem dies seltener als einmal die Woche vergönnt ist, bloß zu 18 Prozent. Ob Kinder Freunde finden, hängt zumindest teilweise davon ab, ob in der Wohnumgebung genug Kinder leben. Jungen und Mädchen, die solche vermissen, schätzten ihre Kindheit signifikant weniger glücklich ein (total: 20 Prozent) als jene, die immer jemanden treffen, wenn sie hinausgehen (55 Prozent).

„Tanja ist meine Freundin. Sie spielt immer mit mir und hilft mir gegen die blöden Jungs.“

„Solange ich Freunde habe, bin ich glücklich.“

Medien, die, wenn sie neu sind, regelmäßig pädagogisches Misstrauen auslösten – bei Rousseau (vgl. 1981, ¹1762, S. 100) waren es die Bilderbücher –, sind aus dem Kinderleben nicht mehr wegzudenken. Eine der häufigsten Freizeitbeschäftigungen ist das Fernsehen. An einem durchschnittlichen Wochentag sitzen die befragten Kinder 75 Minuten vor dem Bildschirm, wenn sie am folgenden Morgen nicht in die Schule müssen, signifikant länger: 118 Minuten. Wie auch gemäß anderen Studien (Feierabend/Klingler 2003) steigt die tägliche Sehdauer mit dem Alter kontinuierlich. Auch wenn die Kinder das Fernsehen zu den besonders beglückenden Tätigkeiten rechneten (89 Prozent assoziieren es mit glücklichen Gesichtern), korreliert die Sehdauer nicht positiv mit dem subjektiven Kindheitsglück, im Gegenteil: r beträgt $-.19$.

In zusehends mehr Kinderzimmern stehen Spielkonsolen (in diesem Sample: 65 Prozent). Diese verbinden die meisten Kinder (78 Prozent) mit glücklich, und 55 Prozent spielen mehrmals wöchentlich. Zu Kindheitsglück besteht jedoch eine schwach negative Korrelation ($r = -.09$).

„Ich war glücklich, als wir einen neuen Computer bekamen. Noch glücklicher war ich, als wir einen besseren bekamen.“

„Mich macht am meisten glücklich, dass ich mit meinen Freunden immer spielen kann; wir spielen viel Computer.“

Präzisere Prognosen
auf Kindheitsglück
durch
Tätigkeitsvariablen

Faktoranalytisch gebildet wurde eine Skala „Häufigkeit von Hobbys“ ($\alpha = .65$), wozu auch Musikhören zählt, das mit steigendem Alter häufiger wird. 37 Prozent beschäftigen sich täglich mit einem Haustier, Mädchen geringfügig häufiger. 60 Prozent gehen täglich bzw. zumindest mehrmals die Woche kreativen Hobbys nach – Basteln, Musizieren, Malen –, und 17 Prozent gaben an, täglich

zu lesen, Mädchen dreimal so oft wie die Jungen. Diese Skala korreliert zu $r = .30$ mit dem global bilanzierten Kindheitsglück und erklärt mit 9 Prozent Varianz bloß 4 Prozent weniger als 15 soziodemographische Variablen. Die bisher geschilderten Tätigkeitsvariablen ermöglichen präzisere Prognosen auf subjektiv eingeschätztes Kindheitsglück.

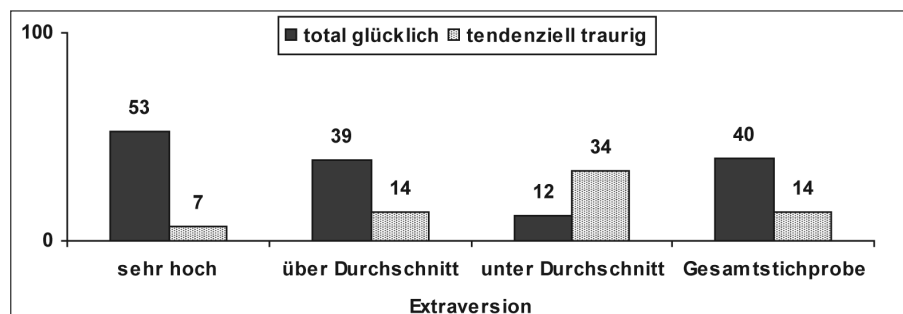
„Mit acht Jahren habe ich mit meiner Musikgruppe viele Lieder gesungen. Seither darf ich Gesangsunterricht nehmen. Ich habe selber eine CD aufgenommen. Das hat mich sehr glücklich gemacht.“

2.5 Wovon hängt Kindheitsglück ab? Persönlichkeitseigenschaften

Der bekannte Psychologe *Eysenck* (1983, S. 87) definierte Glück als „dauerhafte Extraversion“. Die Studien, die positive Zusammenhänge zwischen Extraversion und Glück nachwiesen, sind kaum mehr zu überblicken (*Bucher* 2009). In unserer Studie wurde die Hamburger Neurotizismus- und Extraversionsskala für Kinder und Jugendliche von *Buggle/Baumgärtel* (² vgl. 1975) verwendet, die Extraversion mit Items wie folgenden misst: „Ich finde schnell Freunde / Freundinnen; ich mag es, wenn um mich herum viel passiert, es nicht langweilig wird“, Introversion hingegen mit: „Ich mache lieber etwas für mich allein als mit anderen zusammen, ich träume zu Hause oder im Kindergarten / in der Schule oft vor mich hin“. Die Kinder sind stärker extravertiert als introvertiert. Unter dem theoretischen Skalenmittelwert liegen 14 Prozent der Befragten. Und: Je extravertierter die Jungen und Mädchen, je häufiger sie einander auch Witze erzählen, gemeinsam Streiche spielen, desto glücklicher schätzen sie ihr bisheriges Leben ein ($r = .45$).

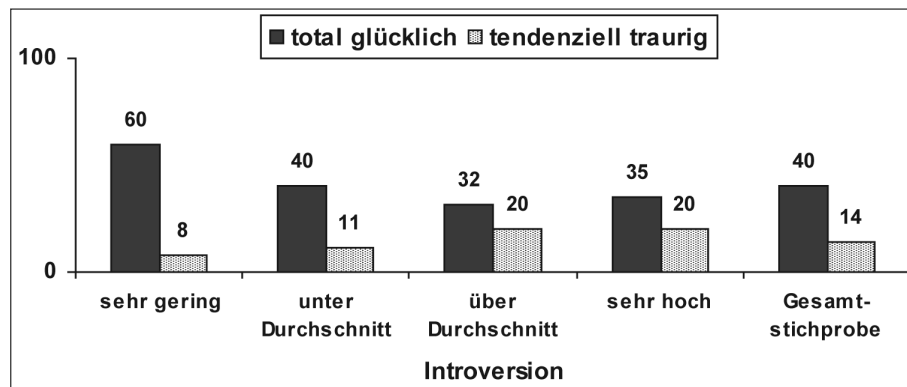
Positiver
Zusammenhang
zwischen
Extraversion und
Glück

Fig. 4: Kindheitsglück/Extraversion, %, N = 1239



In unserer Stichprobe sind deutlich weniger Kinder introvertiert als extravertiert. Nicht einmal jedes fünfte macht lieber etwas für sich allein; jedes vierte ist eher still, wenn es mit anderen zusammen ist, knapp die Hälfte träumt gelegentlich vor sich hin. „Introversion“ korreliert zu $r = -.22$ mit Kindheitsglück, deutlich schwächer als bei Extraversion. Wie Figur 5 zeigt, sind Kinder, wenn stark introvertiert, fast gleich oft total glücklich wie in der Gesamtstichprobe:

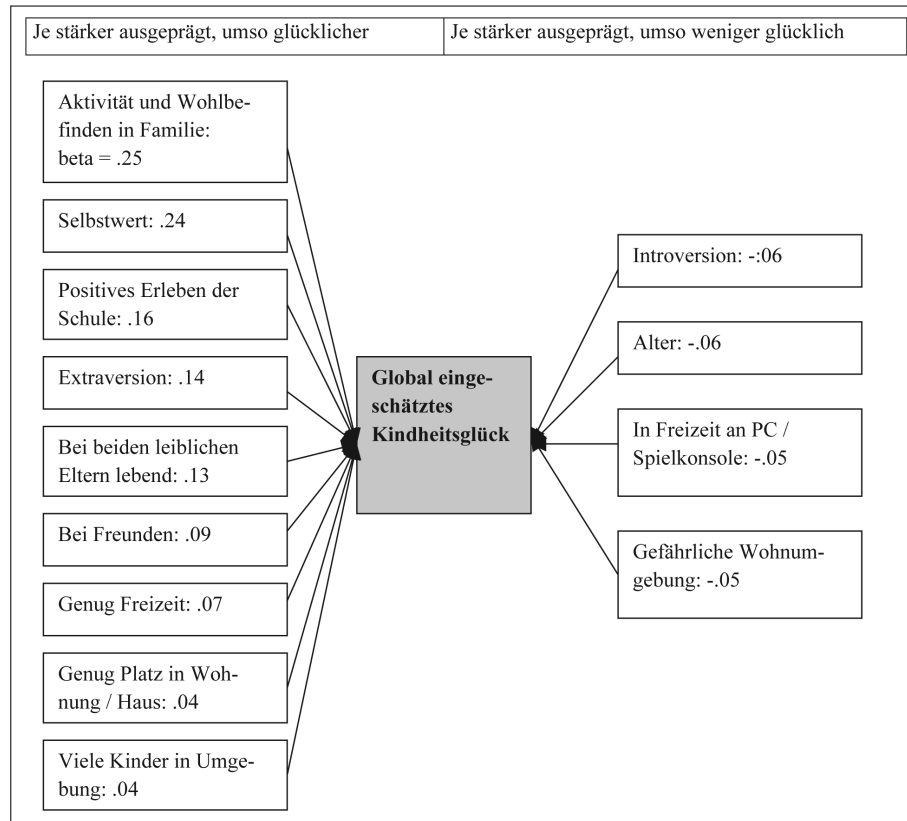
Fig. 5: Kindheitsglück/Introversion, %, N = 1239



Persönlichkeitseigenschaften, speziell die in der Psychologie gut etablierten Big V, sind zu einem beträchtlichen Anteil (um die 50 Prozent) genetisch festgelegt (Loehlin et al 1998). Dies verweist auch auf Grenzen der Erziehung, die kindliche Persönlichkeiten nur begrenzt mitformen kann, aber auch auf Grenzen einer Erziehung zum Glück (Bucher 2008).

3 Zusammenfassend und Diskussion

Es war im Rahmen dieses Beitrages nicht möglich, alle Variablen zu beschreiben, die in der Tabaluga Tivi-Glücksstudie erörtert wurden, speziell Umgebungsvariablen (ausreichend Wohnraum, für 89 Prozent der Kinder gegeben; gefährliche Straßen, von 40 Prozent „genug“ davon registriert), aber auch Fernsehvorlieben, Nachmittagsbetreuung (institutionelle macht sogar glücklicher als dann, wenn Kinder alleine zuhause sind) etc. Gleichsam überdacht wurde die Studie mit einer multiplen Regressionsanalyse, in die 37 Prädiktoren eingingen, auch die bereits geschilderten 15 soziodemographischen Variablen. Nur 13 Variablen erreichten Signifikanz ($p < .005$), aber erklären mit $R = .72$ immerhin 52 Prozent der Varianz, was für eine glückspsychologische Studie viel ist.



Am glücksrelevantesten stellte sich, wie in früheren Studien (*Lang* 1985; *Alt* 2005; *Hurrelmann/Andresen* 2007), die Familie heraus, insbesondere die in ihr ausgeübten Tätigkeiten und das dort herrschende Klima, das durch einen sozial-integrativen Erziehungsstil begünstigt wird. 38 Prozent der Kinder erleben regelmäßig, dass ihre Eltern ihre Anweisungen begründen, nur 13 Prozent selten bzw. nie. So arg wie vom pessimistischen Diskurs behauptet, ist es um die Familie – eine keineswegs zum Untergang verurteilte Lebensform – nicht bestellt. Daneben ist es vor allem die Schule, von der Kindheitsglück abhängt. Auch frühere Studien wiesen regelmäßig nach, dass sie – positiv formuliert – das Potenzial hätte, das Wohlbefinden von Kindern zu erhöhen (*Lang* 1985; *Fend* 1997), etwa indem der Unterricht regelmäßig von körperlich-sportlicher, sozialer oder künstlerisch-expressiver Aktivität unterbrochen wird und Jungen und Mädchen nicht mit vielen Hausaufgaben heimgeschickt werden.

Neben Aktivitätsvariablen und Persönlichkeitseigenschaften prognostiziert „Selbstwert“ subjektives Kindheitsglück enorm, in der Befragung operationalisiert mit den Items „Ich finde mich in Ordnung, so wie ich bin“ (für 30 Prozent total richtig, 62 Prozent eher richtig) sowie „Es gibt viele Dinge, die ich gut kann“ (44 Prozent bzw. 50 Prozent). Ob Selbstwertgefühl ein sinnvoller Prädiktor für Glück ist, lässt sich freilich diskutieren, weisen doch die beiden Konstrukte starke Überlappungen auf, die sich in hohen Korrelationen ($r > .60$) niederschlagen, sodass

Am
glücksrelevantesten
ist die Familie

Selbstwertgefühl als
Prädiktor für Glück

auch behauptet wurde, positives Selbstwertgefühl und Glück seien deckungsgleich. Eine Person sei glücklich, weil sie mit den eigenen Stärken und Leistungen zufrieden ist. *Lyubomirsky/Tkach/Dimatteo* (vgl. 2005) zeigten jedoch, dass sich die stärksten Prädiktoren von Glück nicht mit denjenigen von Selbstwert decken: Letzterer wird vor allem durch eine hoffnungsvolle, optimistische Weltsicht begünstigt; ersteres stärker durch Extraversion und (soziale) Aktivität.

Die Synopse zeigt, dass räumliche Faktoren nicht unerheblich sind, speziell dass in der Wohnung genug Freiraum registriert wird, aber auch, dass die Umgebung nicht zu gefährlich und zu laut ist – wir Menschen adaptieren uns an viel, aber nur begrenzt an Lärm (*Haidt* 2007, S. 131). Glück braucht – gerade bei Kindern – seinen (Frei-)Raum, ersichtlich daran, dass sie sich an Plätzen besonders wohl fühlen, wo sie nicht gestört werden. Kinder mit ungehindertem Zugang zu pädagogischen Kontrollnischen sind zu 60 Prozent „total glücklich“, jene, denen solche verwehrt sind, zu 30 Prozent.

Von den soziodemographischen Variablen erreichen im Gesamt aller Prädiktoren lediglich zwei Signifikanz: Das Alter und die Familienform. Dass in der ausgehenden Kindheit subjektiv eingeschätztes Glück schwindet, ist multifaktoriell bedingt. Gemäß unseren Daten geht dieser Rückgang mit steigender Schulunlust einher, ebenso mit geringerem Wohlbefinden in der Familie; in Rechnung zu stellen sind auch hormonelle Veränderungen, die starke emotionale Wechselbäder auslösen (*Brinzendine* 2007). Dass sich alleinerzogene Kinder weniger glücklich einschätzen, ist nicht ausschließlich mit der Absenz eines Elternteils, in den allermeisten Fällen des Vaters zu begründen; vielmehr liegt eine Konfundierung mit Haushaltseinkommen und Wohnressourcen vor.

Wie jede Studie weist auch diese Begrenzungen auf. Ihre zentralste Variable ist retrospektiv eingeschätztes Kindheitsglück. Aus der Glückspsychologie ist bekannt, wie trügerisch Erinnerungen an Emotionen sind, und wie sehr sie von situativen Faktoren abhängen, dem Wetter, ob einem zuvor ein Kompliment geschenkt wurde oder ein peinliches Missgeschick passiert ist, ob der Interviewer freundlich oder griesgrämig ist (*Schwarz/Strack* 1999; *Bucher* 2009). In der Tabaluga-Tivi-Glücksstudie wurde diese Variable kontrolliert, indem die Frage nach dem generellen Kindheitsglück dreimal gestellt wurde, auch: „Ich habe ein gutes und schönes Leben; Wie geht es dir, so wie dein Leben bisher war, alles zusammen?“ Die Korrelationen sind hoch signifikant, was für die Verlässlichkeit der Angaben spricht. Nichtsdestoweniger wäre es präziser, die Experience-Sampling Methode (ESM) anzuwenden, indem den Versuchspersonen ein Handcomputer ausgehändigt wird, in den sie zu festgelegten oder zufallsgenerierten Zeitpunkten ihre Befindlichkeit eingeben, was auch ermöglicht, Verlaufsmuster von Emotionen zu rekonstruieren. Dieses Verfahren, auch mit Schulkindern anwendbar (*Beidel/Neal/Lederer* 1991), ist enorm aufwendig. Die Ergebnisse von ESM-Studien decken sich aber gut mit retrospektiven Erhebungen (*Diener* 1994; *Veenhoven* 1997, S. 263).

Alles in allem: Kinder sind besser als ihr Ruf, aktiver als von Fernsehgegnern behauptet, begeisterungsfähiger als von Nostalgikern des angeblich besseren Früher angenommen, weniger gestresst und im Umgang mit ihrer Freizeit souveräner als von skandalisierender Kindheitsrhetorik unterstellt, glücklicher als von Kulturpessimisten gezeichnet.

Erinnerungen an
Emotionen hängen
von situativen
Faktoren ab

Literatur

- Alt, C. (2005): *Kinderleben – Aufwachsen zwischen Familie, Freunden und Institutionen*. – Wiesbaden.
- Andrews, F.M./Withey, S.B. (1976): *Social indicators of well-being. Americans' perceptions of life quality*. – New York/London.
- Argyle, M. (2001): *The psychology of happiness*. – London/New York.
- Aristoteles (1952): *Nikomachische Ethik*. Übersetzt und mit einer Einleitung versehen von Olof Gigon. – Zürich.
- Beidel, D.C./Neal, A.M./Lederer, A.S. (1991): The feasibility and validity of a daily diary for the assessment of anxiety in children. *Behavior Therapy* 22, pp. 505-517.
- Bertelsmann Stiftung (2008): "Glück, Freude, Wohlbefinden – welche Rolle spielt das Lernen?" Ergebnisse einer repräsentativen Befragung unter Erwachsenen in Deutschland. – Gütersloh.
- Brickman, P./Campbell, D.T. (1971): Hedonic relativism and planning the good society. In: M.H. Appley (Ed.), *Adaptation level theory: A Symposium*. – New York, 287-302.
- Brickman, P./Coates, D./Janoff-Bulman, R. (1978): Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology* 36, pp. 917-927.
- Brizendine, L. (2007): *Das weibliche Gehirn. Warum Frauen anders sind als Männer*. – Hamburg.
- Bühler-Niederberger, D. (2005): *Kindheit und die Ordnung der Verhältnisse. Von der gesellschaftlichen Macht der Unschuld und dem kreativen Individuum*. – Weinheim/München.
- Bucher, A.A. (2001): *Was Kinder glücklich macht. Historische, psychologische und empirische Annäherungen an Kindheitsglück*. – Weinheim.
- Bucher, A.A. (2008): *Was Kinder glücklich macht. Ein Ratgeber für Eltern*. – München.
- Bucher, A.A. (2009): *Psychologie des Glücks*. – Weinheim.
- Buggle, F./Baumgärtel, F. (1975): *Hamburger Neurotizismus und Extraversionsskala für Kinder und Jugendliche*. – Göttingen.
- Buss, D. (2000): The evolution of happiness. *American Psychologist* 55, pp. 15-23.
- Chamorro-Premuzic, T./Bennett, E./Furnham, A. (2007): The happy personality: Mediation role of trait emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 42, 1633-1639.
- Csikszentmihalyi, M. (1996): *Das Flow-Erlebnis: Jenseits von Angst und Langeweile: Im Tun aufgehen*. – Stuttgart.
- Diener, E. (1984): Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin* 95, pp. 542-575.
- Diener, E. (1994): Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research* 31, pp. 103-157.
- Diener, E./Lucas, R.E./Scollon, C.N. (2006): Beyond the hedonic treadmill. Revising the adaptation theory of well-being. *American Psychologist* 61, pp. 305-314.
- Diener, E. et al. (1999): Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, pp. 276-302.
- Easterlin, R. (2005): *Happiness. Lessons from a new science*. – London.
- Elkind, D. (1991): *Das gehetzte Kind. Werden unsere Kleinen zu schnell groß?* – Frankfurt/M.
- Eysenck, H.J. (1983): *I do: Your guide to a happy marriage*. – London.
- Feierabend, S./Klingler, W. (2003): *KIM-Studie 2003. Kinder und Medien, Computer und Internet. Basisuntersuchungen zum Medienumgang 6- bis 13-Jähriger in Deutschland*. – Baden-Baden.
- Fend, H. (1997): *Der Umgang mit der Schule in der Adoleszenz*. – Bern.
- Freud, S. (1974): *Studienausgabe Band 9: Kulturtheoretische Schriften*. – Frankfurt/M.
- Fromm, E. (1989): *Gesamtausgabe. Herausgegeben von Rainer Funk*. – München.
- Furnham, A. (2003): Trait emotional intelligence and happiness. *Social Behavior and Personality*, 31, pp. 815-824.
- Ge, X./Conger, R.D. (2003): Pubertal transition, stressful life events, and the emergence of gender differences in adolescent depressive symptoms. *Developmental Psychology* 37, pp. 1-20.

- Gilbert, D.* (2006): *Ins Glück stolpern. Über die Unvorhersehbarkeit dessen, was wir uns am meisten wünschen.* – München.
- Grefe, C.* (1997): *Ende der Spielzeit. Wie wir unsere Kinder verplanen.* – Reinbek.
- Grunert, C./Krüger, H.H.* (2006): *Kindheit und Kindheitsforschung in Deutschland. Forschungszugänge und Lebenslagen.* – Opladen.
- Haidt, J.* (2007): *Die Glücks-Hypothese. Was uns wirklich glücklich macht. Die Quintessenz aus altem Wissen und moderner Glücksforschung.* – Kirchzarten bei Freiburg.
- Heinzel, F.* (2000): *Methoden der Kindheitsforschung. Ein Überblick über Forschungszugänge zur kindlichen Perspektive.* – Weinheim/München.
- Hektner, J.M./Schmidt, J.A./Csikszentmihalyi, M.* (2006): *Experience sampling method. Measuring the quality of life.* – Thousand Oaks.
- Hellmann, K.* (1930): *Psychologie des Glücks.* – Wien.
- Hentig, H. von* (1975): Vorwort zur deutschen Ausgabe. In: P. Ariès: *Geschichte der Kindheit.* – München, S. 7-44.
- Hills, P./Argyle, M.* (2001): Happiness, introversion-extraversion and happy introverts. *Personality and Individual Differences* 31, pp. 1357-1364.
- Hills, P./Argyle, M.* (2001 a): Emotional stability as a major dimension of happiness. *Personality and Individual Differences* 31, pp. 1357-1364.
- Hörbst* (2006): *Jedes fünfte Kind ist stresskrank.* Online verfügbar unter: <http://www.abendblatt.de/daten/2006/01/11/521920.html>; Stand: 15.1.2009.
- Hurrelmann, K./Andresen, S.* (2007): *Kinder in Deutschland 2007. 1. World Vision Kinderstudie.* – Frankfurt/M.
- Kahneman, D.* (1999): Objective happiness. In: Kahneman, D./Diener, E./Schwarz, N. (Eds.): *Well-Being. The foundation of hedonic psychology.* – New York, pp. 3-25.
- Kränzl-Nagl, R./Mierendorff, J.* (2007): Kindheit im Wandel. Annäherungen an ein komplexes Phänomen. *SWS-Rundschau* 47, S. 3-25.
- Lang, S.* (1985): *Lebensbedingungen und Lebensqualität von Kindern.* – Frankfurt a.M./New York.
- Lange, A.* (1995): Kindheitsrhetorik und die Befunde der empirischen Forschung. Arbeitspapiere Forschungsbereich Gesellschaft und Familie 19, Universität Konstanz. Online verfügbar unter: www.ub.uni-konstanz.de/kops/volltexte/2000/384/; Stand 16.04.09.
- Loehlin, J.C. et al.* (1998). Heritabilities of common and measure-specific components of the Big Five personality factors. *Journal of Research in Personality*, 32, pp. 431-453.
- Lykken, D./Tellegen, A.* (1996): Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science* 7, pp. 186-189.
- Lyubomirsky, S.* (2007): *Glücklich sein. Warum Sie es in der Hand haben, zufriedener zu leben.* – Frankfurt/M.
- Lyubomirsky, S./Tkach, C./Dimatteo, M.R.* (2005): What are the differences between happiness and self-esteem? *Social Indicators Research* 78, pp. 363-404.
- Meyer, T.* (2002): Das „Ende der Familie“: Szenarien zwischen Mythos und Wirklichkeit. In: Volkmann, U./Schimank, U. (Hrsg.): *Soziologische Gegenwartsdiagnosen 2: Vergleichende Sekundäranalysen.* – Opladen, S. 199-224.
- Marks, N.* (2004): *Power of Well-being Indicators: Measuring the well-being of young people in Nottingham.* – London.
- Myers, D.G.* (2000): The funds, friends, and faith of happy people. *American Psychologist* 55, pp. 56-67.
- Niehuss, M.*: *Zwischen Seifenkiste und Playmobil. Illustrierte Kindheitsgeschichte des 20. Jahrhunderts.* – Darmstadt.
- Nissen, U.* (1992): Raum und Zeit in der Nachmittagsgestaltung von Kindern. In: Deutsches Jugendinstitut (Hrsg.): *Was tun Kinder am Nachmittag. Ergebnisse einer empirischen Studie zur mittleren Kindheit.* – München, S. 127-170.
- Otake, K. et al* (2006): Happy people become happier through kindness. A counting kindness intervention. *Journal of Happiness Studies* 7, pp. 361-375.
- Preuss-Lausitz, U.* (1999): Sozialisationswidersprüche heutiger Kinder und Möglichkeiten der Wertebildung in der modernen Schule. In: Frohne, I. (Hrsg.): *Sinn- und Wertorientierung in der Grundschule.* – Bad Heilbrunn.

- Rousseau, J.J. (1981): *Emile oder über die Erziehung*. – Paderborn.
- Schmidt-Atzert, L. (1996): *Lehrbuch der Emotionspsychologie*. – Stuttgart.
- Schwarz, N./Strack, F. (1999): Reports of Subjective Well-Being: Judgmental processes and their methodological implications. In: Kahneman, D./Diener, E./Schwarz, N. (Eds.): *Well-Being. The foundation of hedonic psychology*. – New York, pp. 61-84.
- Seligman, M.P. (2005): *Der Glücks-Faktor. Warum Optimisten länger leben*. – Bergisch Gladbach.
- Seligman, M.P. et al (2005): Positive Psychology Progress. Empirical validation of interventions. *American Psychologist* 60, pp. 410-421.
- Sheldon, K.M./Lyubomirsky, S. (2006): How to increase and sustain positive emotion: The effects of expressing gratitude and visualizing the best possible selves. *The Journal of Positive Psychology* 2006, pp. 73-82.
- Sheldon, K.M./Lyubomirsky, S. (2006 a): Achieving sustainable gains in happiness: Change your actions not your circumstances. *Journal of Happiness Studies* 7, pp. 55-86.
- Snyder, C.R./S.J. Lopez (2005): *Handbook of positive psychology*. – Oxford.
- Spitzer, M.: (2005): *Vorsicht Bildschirm. Elektronische Medien, Gehirnentwicklung, Gesundheit und Gesellschaft*. – Stuttgart.
- Standard (2008): *Viele Kinder leiden unter Schulstress*. Online verfügbar unter: <http://derstandard.at/PDA/?id=1216918679256>; Stand: 6. 8. 2008.
- Staudinger, U. (2000): Viele Gründe sprechen dagegen, und trotzdem geht es vielen Menschen gut: Das Paradox des subjektiven Wohlbefindens. *Psychologische Rundschau* 51, S. 185-197.
- Tügel, H. (1996): *Kult ums Kind. Großwerden in der Kaufrauschglitzerzcybergesellschaft*. – München.
- Veenhoven, R. (1991): Questions on happiness: Classical topics, modern answers, blind spots. In: Strack, F. et al (Eds.): *Subjective Well-Being. An interdisciplinary perspective*. – Oxford et al., pp. 7-26.
- Veenhoven, R. (1997): Advances in understanding happiness. *French Revue Québécoise de Psychologie* 18, pp. 29-74.
- Veenhoven, R. (2000): Freedom and happiness: A comparative study in forty-four nations in the early 1990s. In: Diener, E./Suh, E. M. (Eds.): *Culture and subjective well-being*. – Cambridge, pp. 257-288.
- Wilk, L. (1994): Kindsein in „postmodernen“ Gesellschaften. In: Dies./Bacher, J. (Hrsg.): *Kindliche Lebenswelten. Eine sozialwissenschaftliche Annäherung*. – Opladen, S 1-32.
- Wright, G.H. (1963): *The varieties of goodness*. – London (Reprint 1996, Bristol: Thommes Press).
- Zinnecker, J. (1990): Vom Straßenkind zum verhäuslichten Kind. Kindheitsgeschichte im Prozess der Zivilisation. In: Behnken, I. (Hrsg.): *Stadtgesellschaft und Kindheit im Prozess der Zivilisation*. – Opladen, S. 142-162.
- Zinnecker, J. (1999): Forschen für Kinder – Forschen mit Kindern – Kinderforschung – Über die Verbindung von Kindheits- und Methodendiskurs in der neuen Kindheitsforschung zu Beginn und am Ende des 20.Jahrhunderts. In: Honig, M.-S./Lange, A./Leu, H.R. (Hrsg.): *Aus der Perspektive von Kindern? Zur Methodologie der Kindheitsforschung*. – Weinheim/München, S. 69-80.
- Zinnecker, J./Silbereisen, R.K. (1996): *Kindheit und Jugend in Deutschland, aktuelles Survey über Kinder und ihre Eltern*. – Weinheim/München.
- Zinnecker, J. u.a. (2002): *Null zoff + voll busy. Die erste Jugendgeneration des neuen Jahrhunderts*. – Opladen.